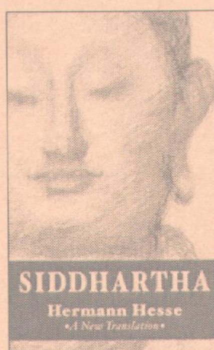


zensor 26 herfst 2004

zensor•••





Top 5 redactie, niet chronologisch

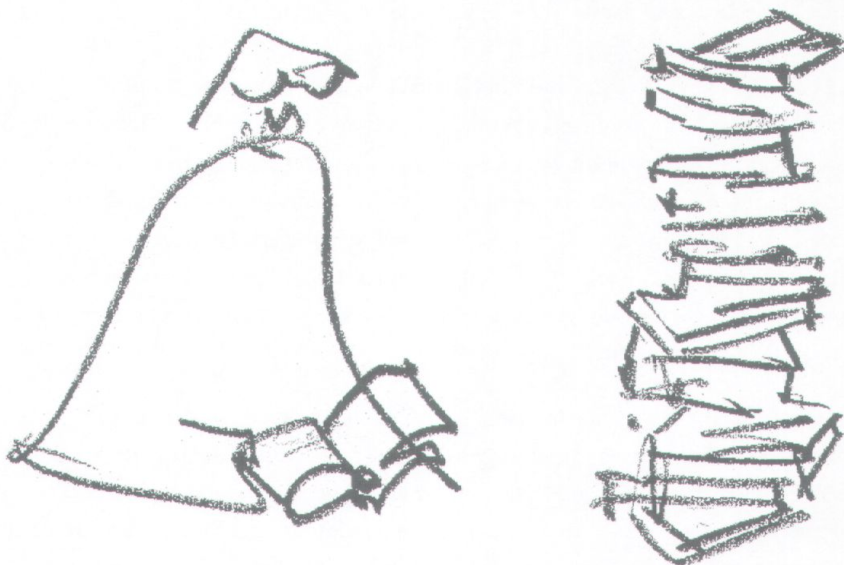
- ***Zen mind, beginners mind*** van Shunryu Suzuki (doet je steeds weer beseffen waarbij het beoefenen van een spirituele praktijk in de kern om draait)
- ***Siddharta*** van Hermann Hesse (prachtig sprookjesachtig verhaal dat beschrijft welke omwegen er nodig zijn om inzicht te bereiken)
- ***Geluid van water*** van Basho (een bundel met prachtige haiku's over de natuur, want wat beroert meer...)
- ***Vijf wijsheden, vijf energieën*** van Irini Rockwell (what makes you tick, kan inzicht geven over jezelf en de relatie tot de ander)
- ***Dansen in het duister*** van Nico Tydeman (helder, gepassioneerd, oprecht en kritisch over de spirituele praktijken van Levinas, Johannes van het Kruis en de Chanmeesters en de auteur zelf; een lust om te lezen)

Redactioneel

'Het boek als inspiratiebron' luidt het thema van deze Zensor. Miljarden woorden worden er dagelijks gedrukt en de lezer blijft hongerig vragen naar meer, terwijl hij weet dat wijsheid niet over te dragen is, dat woorden afbreuk doen aan een verborgen zin, alles direct een beetje anders wordt zodra het wordt uitgesproken, laat staan geschreven. En toch....
En toch presenteren we telkens weer met plezier de Zensor en zijn we verheugd te weten dat bij menigeen op het nachtkastje een oud of recent nummer van de Zensor wacht.

Want, zonder taal geen Dharma, zegt Nico Tydeman, boekenwurm bij uitstek. Een tekst helpt, is een inwijding in wat we niet kunnen begrijpen, meent Ben Claessens. En een leven zonder boeken is voor Maria Lemaire ondenkbaar, zelfs onleefbaar. De waarde van boeddhistische literatuur staat echter allerminst vast, zo blijkt uit het kleine ronde tafelgesprek met Gert-Jan Mulder. En is het even boeiend om het perspectief te verplaatsen van boeken naar schrijvers, want 'op een gegeven moment moet je als het ware de spirituele literatuur achter je laten en dan gaat het over jouw leven en daarbinnen moet je jouw eigen taal en uitdrukking vinden,' aldus Meindert van den Heuvel. Maar 'mijn verhaal doet pijn,' verzucht Deman, de hoofdpersoon in onze nieuwe column, geschreven door Hans Lastdrager. En toch kan Deman het niet laten om verhalen te produceren....
De redactie heeft de verschillende auteurs gevraagd een 'top 5' samen te stellen van de meest gewaardeerde (spirituele) boeken. Voor sommigen niet in vijf boeken te vangen, voor anderen is dat slechts één enkel boek. Dat de opdracht niet eenvoudig is en tot hevige discussie kan leiden over de betekenis van het woord bleek toen de redactie zelf een poging deed om tot een top 5 te komen.
Tot slot, een nummer over boeken kan niet zonder een boekbespreking. 'Het Dharma spel, een westers soetra,'geschreven door Maurice Knegtel wordt door Corrie Koppedraijer kritisch onder de loep genomen.

Kortom, de lezer zal bevestiging, informatie, verdieping, inzicht en troost vinden bij dit nummer van de zensor en welke functie heeft het geschreven woord nog meer....
leesplezier!
De redactie



Elke dag op zoek naar een inspirerend boek

Het boeddhisme is van oorsprong een orale traditie. Wat is het belang van het geschreven woord? En is literatuur wel geschikt om de Dharma over te dragen? Een gesprek met Niko Sensei – boekenwurm bij uitstek.

Door Jacqueline Oskamp

'Zonder de geschreven canon geen boeddhisme', stelt Niko. 'Zoals het christendom de bijbel nodig heeft, zo kan het boeddhisme niet zonder de palicanon en de Mahayana-sutra's. De Dharma is niet zonder woorden te verkondigen. We hebben het wel over 'het grote zwijgen' van de Boeddha, maar op het moment dat je het zo zegt, gebruik je al woorden. Dan is er al taal. Taal is cruciaal. Zonder taal geen Dharma.

Er wordt wel gezegd: de Boeddha heeft nooit iets opgeschreven. Jezus heeft nooit iets opgeschreven. Hoe weten we dat? Dankzij mensen die dat op-

geschreven hebben. Dankzij de geschriften van Plato kennen we de ideeën van Socrates. Mensen zijn taaldieren. En ook al heeft de Boeddha niets opgeschreven, het is toch frappant dat drie van de tien regels van gedrag over taal gaan: niet liegen, niet spreken over fouten en dwalingen van anderen en jezelf niet boven een ander verheffen. Dat betekent dat ook het geschreven woord van grote waarde is. We moeten met zorg over de dharma schrijven. Bovendien is de palicanon het enige wat we hebben. Historisch staat er heel weinig vast over de Boeddha. De enige keuze is dus: of we gebruiken de palicanon of we houden onze mond.'

Toch heb jij bij een andere gelegenheid wel eens gezegd dat de werkelijke vonk overslaat in het persoonlijk contact tussen leraar en leerling.

'Naar iemand luisteren kan je diep raken. Anders dan wanneer je een boek leest. Maar als mensen niet meer leven, moeten we het doen met de boeken die ze hebben nagelaten. En soms lees je een boek dat fantastisch is. Het breekt je open, het ontroert je, het grijpt je, je draagt het je hele leven mee. De levende leraar is belangrijk – dat is een open deur – maar de literatuur kan eenzelfde graad van inspiratie vormen.'

Bereiken zenstudenten die veel lezen eerder verlichting?

'Nee, zo kun je dat niet zeggen. Inderdaad heeft de een sneller door waar het over gaat dan de ander, maar het inzicht is uiteindelijk niet afhankelijk van de leraar of van welk boek dan ook. Omdat het inzicht een persoonlijke genade is. De een krijgt dat na tien jaar dag en nacht op een kussen zitten en bij de ander valt het kwartje na drie weken.

Ik denk wel dat lezen *helpt*. Vervolgens is de vraag: wat lees je? Hoe lees je het? Voor sommige mensen is Dogen niet om door te komen – die hebben er niet het geduld en de tijd voor. Okay, die moeten iets anders lezen. Bijvoorbeeld een goede biografie, waarin het leven en de leer van iemand goed uitgelegd wordt. Hoe vind je het boek dat je echt inspireert? Daar zoek ik elke dag naar. In een boekwinkel kijk ik altijd rond: is er iets dat mij raakt? Voor een sangha is het belangrijk dat de basisteksten aanwezig zijn en dat sommige mensen in staat zijn die uit te leggen. In de studieklassen komt veel aan bod – Meindert, Gretha en Lida volgen die al jaren en ik hoop dat zij het aandurven om bijvoorbeeld een tekst van Meester Eckhart te bespreken. Of teksten van onze grote zenvoorgangers: de Record of Lin-chi of Hakuin.'



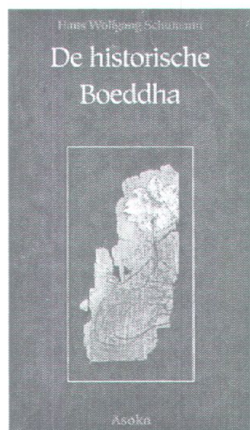
Welke boeken hebben grote invloed op jou gehad?

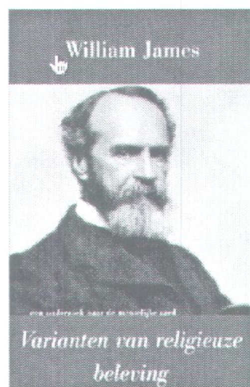
'Johannes van het Kruis. Dogen was een *eye opener*. In San Francisco deed op gegeven moment iemand *Fukanzazengi* – die tekst werd van a tot z gespeld. Ik herinner me dat Abe Maso daar regelmatig kwam en een aantal hoofdstukken uit *Shobogenzo* deed. Mijn wereld stond op z'n kop. Ook was het fantastisch om in het Boeddhistische Leerhuis in de Kosmos naar Rob Janssen te luisteren. Zoals hij over de Boeddha kon vertellen! Dat heeft mij gevoel bijgebracht voor de palicanon. Dan was er nog Peter D. Hershock met *Liberating Intimacy: Enlightenment and Social Virtuosity in Ch'an Buddhism*. Een soort detailstudie over wat boeddha-natuur is. Hij vertaalt dat als boeddha-gedrag. Dat had voor mij heel grote consequenties. Bij Boeddha-natuur ben je geneigd te zoeken naar iets in ons, een plekje, dat boeddha-natuur is. En dat moet dan stralen. Zoals ze vroeger zeiden dat je het kindje Jezus in jezelf moest ontdekken. Maar bij boeddha-gedrag gaat het om de vraag: hoe gedragen boeddha's zich? Verlichting is dan een vorm van communicatie. Dat geeft een heel ander perspectief op verlichting. Dat is ook het mooie van chan: soms is er bevrijdende communicatie en soms niet. Die koans kun je beschouwen als geslaagde vormen van communicatie over leven en dood.'

Wat betekent schrijven voor jou als auteur?

'Schrijven is voor mij allereerst onderzoek: hoe zie ik het zelf? Hoe zou ik het formuleren? En dat formuleren zijn momenten van verheldering en aanscherping. Het is altijd verrassend wat er uit komt. Schrijven en spreken beschouw ik als twee verschillende taalvormen. Ik hou dan ook niet zo van uitgeschreven dharmalessen. Na een halve bladzijde weet ik al: dit is gesproken taal. Dat voelt niet goed aan. De spontaniteit van spreken is

mooi en kan wonderen teweeg brengen. Maar geschreven taal komt vanuit een andere bezorgdheid voort. De formulering is preciezer. Schrijven is heel rustgevend. Zelfs als ik zit te zoeken naar goede formuleringen, of worstel met stomme zinnetjes die ik niet in goed Nederlands krijg, of niet meer weet hoe het verder moet, is het fijn om te doen. Schrijven komt meer vanuit geduld voort.'





De Top 5 van Niko Sensei

1. ***De historische Boeddha*** Leer en leven van Gotama, Hans Wolfgang Schumann,
2. ***Vormen van religieuze ervaring***, William James, ('Dit boek dateert uit 1920. Hij was een van de eersten die vanuit de wetenschap mystiek serieus nam.')
3. ***Nagelaten geschriften***, Etty Hillesum, ('Het grootste spiritueel talent uit de vorige eeuw. Ze formuleert helder en persoonlijk, maar ontstijgt tegelijk haar eigen leven.')
4. ***Wachten op God***, Simone Weil, ('Boeddhisten kunnen jaloers zijn op de manier waarop zij over aandacht schrijft. Verder mooie stukken over het Onze Vader en over godsdienstfilosofie.')
5. ***Het menselijk gelaat***, Emmanuel Levinas, ('Hij heeft het beste gefundeerd waarom wij verantwoordelijk zijn voor deze wereld.')

Afgezien van:

- **De palicanon** in de Nederlandse vertaling van Rob Janssen & Jan de Breet
- **De mahayana sutra's**, m.n. ***Vimalakirti sutra*** en de ***Avatamsaka sutra***
- Dogen's ***Shobogenzo*** (*moon in a dewdrop*)
- ***Zen's Chinese Heritage. The masters and their teachings.*** Andy Ferguson
- ***Biyan lu*** en ***Wumanguan***
- **De verzamelde werken** van Teresa van Avila en Johannes van het Kruis
- ***Aldus sprak Zaratoestra***, *Nagelaten Fragmenten*, Nietzsche
- **De Preken** van Meister Eckhart
- **Het verzamelde werk** (in Nederlandse vertaling) van Paul Celan
- **De verzamelde gedichten** van Lucebert
- ***De goddelijke komedie***, Dante Alighieri
- ***Roads of Excess***, *Palaces of Wisdom, Eroticism & Reflexivity in the Study of Mysticism*, Jeffrey J. Kripal.



Broeden op teksten

*Door **Ben Claessens***

Het lezen van en luisteren naar teksten beschouw ik als een wezenlijk onderdeel van de zentraining. De teksten die daar bij ter beschikking staan of beschikbaar gesteld worden, hebben naar mijn idee één belangrijk doel. Ze hebben een openbarende werking. Een tekst als de Hart Soetra zegt in het begin van je training misschien niet zoveel maar gaandeweg, naarmate het proeven van 'iets' overgaat in het smaak krijgen van dat 'iets', gaat de tekst spreken. Ze onthult iets dat niet zonder meer met het analytische vermogen kan worden begrepen. De zentraining voert je uit je rationele denkwereld in een wereld van symboliek en uiteindelijk naar een wereld van openheid en grenzeloosheid waarmee we kunnen samenvallen. Alle drie de werelden zijn één, maar pas nadat hetgeen waarover je zoveel hebt gelezen, je geopenbaard is. Het keer op keer lezen van teksten werkt als een sleutel die past op het slot van een deur die er uiteindelijk niet blijkt te zijn. Als de deur zich uiteindelijk opent, zie je dat de deur er nooit geweest is. Het is meer de sluier van het misverstand die wegvalt. Teksten lezen en er naar luisteren in de dharmatalk is onontbeerlijk. Ik ben zelf een langzame lezer.

Ik ben al jaren bezig de dagboeken en brieven te lezen die Etty Hillesum tussen maart 1941 en september 1943 schreef. Weken kan ik zitten broeden op een regel of een woord. Ik kom niet verder dan een passage, een enkele regel, een enkel woord en kauw er dan dagen of weken op. Wat te denken van begrippen als 'hineinhorchen' of 'Weltinnenraum' (overigens een begrip van de dichter Rainer Maria Rilke van wie Etty Hillesum een groot fan was). Lida (Kerssies) en ik hebben anderhalf jaar lang *Het Kasteel van de Ziel* van Teresa van Avila gelezen en bediscussieerd. Een immense opgave omdat je je als het ware in de tekst en haar stijl moet ingraven alvorens de woorden hun geestgrond prijsgeven. Ik heb maanden gedaan over Prediker die op prachtige wijze de nutteloosheid (of ijdelheid, lees: leegte, openheid) van alles uit de doeken doet. Dergelijke teksten vragen erom te worden veroverd. Het zijn teksten die inwijden in wat we niet kunnen begrijpen. Ik ben heel gelukkig dat het Zen Centrum Amsterdam aandacht schenkt aan teksten uit zowel de zen als de christelijke traditie. Ze vullen elkaar aan, verhelderen elkaar. Hoe dan ook, zal ik blijven ploeteren en blijven broeden op teksten, totdat de betekenis ervan de volgende (niet bestaande) deur opent.

Non scholae sed vitae

Op een dag vroeg een monnik aan Meester Xuansha Shibei: 'Ik ken uw gezegde dat het gehele universum één schitterende parel is. Hoe moet ik dit begrijpen?' De meester antwoordde: 'Het gehele universum is één schitterende parel. Wat is de zin van begrip?' Op een later moment speelt de Meester de vraag terug aan de monnik: 'Het gehele universum is één schitterende parel? Hoe begrijp jij dit?' De monnik antwoordt: 'Het hele universum is één schitterende parel. Wat is de zin van begrip?' De Meester antwoordt: 'Ik zie dat je worstelt om uit de duivelsgrot van de Zwarte Berg te komen.'

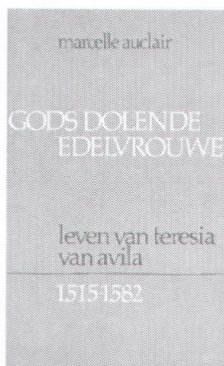
Door ***Gert-Jan Mulder***



'Het gehele universum is één schitterende parel. Wat is de zin van begrip?' Of, vrij vertaald binnen het thema van deze Zensor: wat is het nut en de zin van spirituele literatuur in je praktijk en beoefening als alles toch al één prachtig geheel is?

Terwijl de zon de aarde verhit, de temperatuur oploopt tot 35 graden en zelfs de meeuwen zich beangstigend stil houden, buigen in de zendo Jacky Demmers, Meindert van den Heuvel en Leo de Wolf zich over deze intrigerende kwestie. En over begrip is iedereen het eens. Alhoewel begrip een zekere rol speelt, draait het niet om een analystisch, verklarend begrijpen maar om een verstaan en verdiepen van de eigen beoefening en praktijk. We leren niet voor de school, maar voor het leven. Non scholae sed vitae.
Jacky: 'Ik lees veel van en over de mystici. Dat heeft me geholpen en helpt me nog steeds in het beter begrijpen van mijn katholieke achtergrond. Door het lezen van de mystici begreep ik waar mijn weerstand tegen die traditionele achtergrond vandaan kwam: dat je op gezag van anderen maar allerlei zaken moest geloven. De mystici stellen heel duidelijk dat je je eigen weg moet gaan, dat je zelf de dingen moet ervaren en dat dit een manier van leven is in plaats van een kritiekloos accepteren van geloofsovertuigingen.' Juist om die reden is het, zoals Leo het zelf formuleert, 'mij niet gegeven veel te lezen', en hij vervolgt: 'Ik heb moeite met het lezen over spiritualiteit, want lezen en ervaren zijn voor mij niet hetzelfde. Ik herken Jacky's achtergrond wel maar heb de zenpraktijk en literatuur niet nodig om die te verhelderen. Voor mij gaat het om dat 'niet-definieerbare' te ervaren en daarvoor zoek ik het niet in literatuur. Wel in het alledaagse en uiteraard is Nico voor mij een belangrijke bron.'

De waarde van klassiek boeddhistische literatuur voor de praktijk van zen staat niet vast, verschilt van persoon tot persoon en kan veranderen, zoals alles veranderlijk is. Meindert: 'Toen ik van school kwam had ik schoon genoeg van lezen, ik moest zoveel boeken lezen en bestuderen dat ik blij was dat het even niet hoefde en de eerste jaren heb ik dan ook weinig gelezen. Ik heb nu echter het idee dat ik achter loop. Ik heb een immense leeshonger en ik voel me af-en-toe net het Koekiemonster... Ik wil alles lezen over de wortels van het Boeddhisme. De sutra's bijvoorbeeld, de Vimalakirti-sutra, de Diamant sutra, de Lotus sutra, de Korte en Lange Leerredes, en de honger is nog lang niet gestild.'
Jacky: 'Ik wil het wel begrijpen en tot me nemen maar ik snap het vaak eenvoudigweg niet. De stijl en de manier van formuleren vraagt veel geduld, meer geduld dan ik kan opbrengen. Neem bijvoorbeeld het werk van Dogen: ik heb het oprecht geprobeerd maar ik begrijp vaak gewoon niet wat er staat. Niet dat het een obsessie is, lukt het en begrijp ik het dan is het okay, begrijp ik het niet dan is het ook okay. Ik heb sowieso meer met het gesproken woord, Dharma-talks bijvoorbeeld, omdat het beter blijft hangen.'



Intermezzo 1: de top vijf spirituele boeken van Jacky Demmers

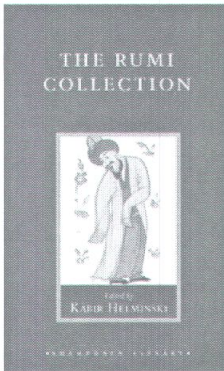
- ***Gods Dolende Edelvrouwe*** van Marcelle Auclair, een biografie over het leven en werk van Teresia van Avila (1951, Fontein Utrecht)
- ***Kromme Komkommer*** van David Chadwick, over het leven en zenonderricht van Shunryu Suzuki (2002, Asoka)
- ***Rumi – Gedichten*** van W. Van der Zwan, gedichten van de Persiche dichter en oprichter van de Soefie-orde der Mevlevi-derwishen (Ankh-Hermes)
- ***De ontembare vrouw als archetype in mythen en verhalen*** van Clarissa Pinkola Estes (2003, Gottmer/H.J.W. Becht)
- ***Het evangelie volgens de vrouw*** van Karen Armstrong (1997, Anthos Amsterdam)

De toelichting van Jacky: 'De volgorde is wat mij betreft willekeurig, de eerste twee omdat het biografieën zijn die heiligen demystificeren en ze zo duidelijk menselijk maken, de gedichten van Rumi omdat ze een schitterende verwoording van het mysterie zijn, de laatste twee omdat ze het 'vrouw-zijn' als ingang nemen voor een portret van de religieuze geschiedenis en de persoonlijke levensweg.'

Leo vult haar aan: 'Voor mij laat 'het' zich niet begrijpen en ik heb er vrede mee dat ik een ongeletterde zenstudent ben. Het is maar hoe je je leven inricht en lezen staat voor mij haaks op het bewegen, meegaan met de stroom. Ik schilder liever en dat kan ik niet vergelijken met lezen want kijken is nu eenmaal geen lezen maar voor mij wel een duidelijke vorm van spiritualiteit.' Meindert: 'Maar lezen is meer dan alleen kennis vergaren, het verdiept je praktijk alhoewel je niet altijd de vinger kan leggen op het hoe ervan. En het hangt ook af van de oriëntatie waarmee je leest. Naar mijn gevoel zou je meer kunnen lezen ter inspiratie dan om te weten. En in die zin werkt het voor mij een beetje als schilderkunst. Neem bijvoorbeeld de Vimalakirti sutra, door het gebruik van humor, metaforen en allerlei grillige beelden, wordt als het ware het verhaal geschilderd.' Leo: 'Ik wil niet denigreren maar het lijkt alsof we ons tegenwoordig vooral bezighouden met teksten, boeken, tv en films, een virtuele werkelijkheid dus. Laten we meer en vaker kijken naar de natuur, de zee, de sterren en de maan!' Meindert: 'Dat laatste ben ik met je eens maar een boek is als de maan, ook een uitdrukking van het wonder van de werkelijkheid en zo zou je een boek ook moeten lezen.'
Terug naar het boek, spirituele literatuur als inspiratiebron. Jacky: 'Lezen kan je een ander spoor tonen, een ongewoon perspectief geven en de dingen op een nieuwe, verfrissende manier openen.'

Intermezzo 2: één van Rumi 's gedichten

Ingebracht door Jacky omdat het zo helder en beeldend aangeeft waar het in onze praktijk en ons leven om gaat:



Dit menselijk bestaan is een gastverblijf,
iedere ochtend een nieuwe gast.
Vreugde, verdriet, verachtelijkheid,
een kortstondig moment van bewustzijn
komt als een onverwachte gast.

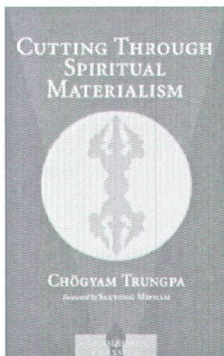
Verwelkom en vermaak hen allen.
De duistere gedachte, de schaamte, de kwaadwilligheid,
open lachend de deur voor hen
en vraag hen binnen.

Wees dankbaar voor allen die binnen komen,
want een ieder van hen werd gestuurd
als een gids uit het onbekende.

–Rumi

Meindert: 'Spirituele literatuur kan bijvoorbeeld van invloed zijn op het wegnemen van vooroordelen. Zo zijn bij mij de schellen van mijn ogen gevallen tijdens het lezen van *Zen at war* van Brian Victoria, voor mij plaatste dat boek de Japanse zentraditie opeens in een hele andere context...'

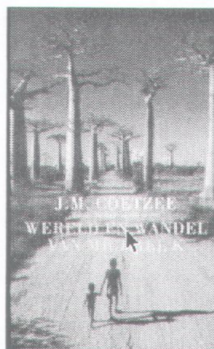
Intermezzo: de Top 5 spirituele boeken van Meindert van de Heuvel



- ***Cutting through spiritual materialism*** door Chögyam Trungpa, in het Nederlands verschenen als *Spiritueel materialisme doorsnijden* (1999, Servire)
- ***De historische Boeddha*** door Hans Wolfgang Schumann, over het leven en de leer van Gotama Boeddha (1998, Asoka)
- ***Two Zen Classics: Mumonkan*** & ***Hekiganroku*** door Katsuki Sekida, de Engelse klassieker onder de koan-verzamelingen (1977, Weatherhill New York/Tokyo)
- ***Zen at war*** door Brian Victoria, over het militarisme van de Japanse Zen-meesters tijdens de 2e wereldoorlog
- ***The power of now*** door Eckhart Tolle, in het Nederlands verschenen als *De kracht van het nu* (2003, Ankh-Hermes)

Toelichting van Meindert: 'Er zit een zekere ontwikkeling in deze lijst. Het boek van Trungpa is voor mij in mijn beginfase de klassieker onder spirituele teksten geweest. Daarna verdiep je je verder in de traditie en Schumann's boek is daarvoor heel helder en informatief. Als je dan met de praktijk aan de slag gaat, kan je niet om Sekida's vertaling van de Mumonkan/Hekiganroku heen. Dan is er een fase waarin je de traditie in perspectief moet plaatsen en op eigen kracht verder moet en, onder meer, Victoria's boek opende mijn ogen. En tenslotte is Tolle's boek een monumentale poging om het mysterie op een moderne, niet-sektarische wijze opnieuw uit te drukken.'

'Het gehele universum is één schitterende parel. Wat is de zin van begrip?', zo antwoordt de monnik als hij op een later moment de vraag teruggespeeld krijgt. Duidelijk niet zijn eigen tekst en uiteraard ziet Meester Xuansha dan ook direct dat hij 'worstelt om uit de duivelsgrot van de Zwarte Berg te komen'... Het jezelf weten uit te drukken op een authentieke en overvreemdbaar eigen manier is misschien wel de 'ware' spiritualiteit, en in die zin is de roman als literatuurvorm misschien wel de 'meest ontwikkelde' vorm van spiritualiteit, en in ieder geval de meest oorspronkelijke... Leo: 'Als ik dan toch één boek moet noemen dan *De wereld en wandel van Michael K.* van J.M. Coetzee, een roman met magistrale spirituele dimensies.' Meindert: 'In mijn Top 5 is er een vervolg in de ontwikkeling, zeg maar een nummer 6, en dat is een roman: *Ik ben niet bang* van Niccolo Ammaniti', en hij krijgt direct bijval van Jacky die het boek ook zeer bewondert. Meindert vervolgt: 'Op een gegeven moment moet je als het ware de spirituele literatuur achter je laten en dan gaat het over *jouw* leven en daarbinnen moet je *jouw* eigen taal en uitdrukking vinden, en dat is toch vooral het terrein van de roman!'



Naschrift verslaggever:

Meester Xuansha's 'één schitterende parel' is het onderwerp van case 15 van de Shinji-Shobogenzo, Dogen's verzameling van 300 koans, en wordt door hem ook uitgebreid behandeld in 'Ikka-nomyoju' ('één schitterende parel'), het vierde essay uit die uitgave van de Shobogenzo die 95 essays telt. Hij schrijft daarin overigens ook dat twijfelen en gissen, de dingen proberen te begrijpen, oftewel 'het worstelen om uit de duivelsgrot van de Zwarte Berg te komen' niets anders is dan één schitterende parel...

De wereld en wandel van Michael K van J.M. Coetzee is uitgegeven bij onder meer Ambo (2002, midprice editie) en ***Ik ben niet bang*** van Niccolo Ammaniti bij de Wereldbibliotheek (2002).

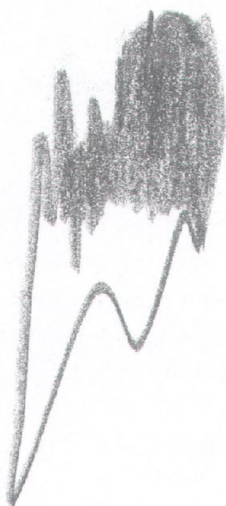
COLUMN

door ***Hans Lastdrager***

De verjaardag

Deman zuchtte, tegen wie moest hij praten? Er was niemand die luisterde naar zijn verhaal. Maar de stem in zijn kop stopte niet. Geen oor te bekennen, zelfs geen professioneel oor, zo'n ingehuurd en gestudeerd oor dat vol interpretaties luisterde en kleine weetjes uit zijn studie over hem uitstrooide.
Hij had het wel eens willen proberen, maar was al bij de intake afgewezen wegens te weinig lijdensdruk. Of die te meten was! En de stemmen in zijn kop bleven maar door gaan. Waar moesten die verhalen dan heen en als hij ze niet opschreef waar bleven ze dan? Hij zuchtte vaak en diep. Eens had een vriendin hem daarop gewezen en sindsdien wist hij het zelf ook: hij zuchtte te pas en vaker te onpas. Hoewel dat voor hem niet zo aanvoelde. Hij had graag willen uitleggen dat het geen klagen was, maar betekenis verlenen en dat hij niets anders kon.
Deman maakt zolang als hij zich kon herinneren al verhalen. In zijn vroegste jeugd om zijn broer en moeder te ontlopen en later... Tsja, waarom was hij er eigenlijk mee doorgaan? Of was het zo dat de verhalen met hem waren doorgegaan? Hij leefde zijn verhalen en zijn verhalen werden zijn leven.
Eerst had hij nog gedacht dat hij de enige was die zo leefde tot hij ontdekte dat iedereen zo leefde en vertelde. Die ontdekking was pijnlijk, maar er bleef een verschil bestaan: de anderen geloofden in hun verhaal als enige mogelijkheid en hij wist al dat elk verhaal te vervangen was door een ander verhaal. De anderen noemden dat een subjectieve ervaring, maar de feiten bleven toch hetzelfde!
Deman wist wel beter: 'feiten, feiten bestaan niet', schamperde hij. Dan ontstond er een bijna rituele discussie. Voorspelbaar als een verhaal dat hij al eens eerder had verteld. Gelijk kreeg hij nooit maar hij wist diep in zichzelf: ik ben een verhaal, of nog erger, ik maak mijn eigen verhaal. Er is niet zoveel buiten mij waar ik op kan terugvallen.
Hier stopte meestal de discussie met de anderen.
'Kijk dan, er is toch een objectieve werkelijkheid, dit is toch een tafel?!'
Deman zuchtte en durfde het nog amper te zeggen: de geest gaat vooraf aan alles, ook aan jullie zogenaamde harde feiten of dingen. Er is niet zoveel buiten mij, en bij deze zin haakten de anderen definitief af. Hij werd dan recalcitrant en kon niet laten te zeggen: 'Er is helemaal niets buiten je eigen kop, je leeft in eigen verhalen. Kijk dan er is helemaal niets, ik maak dit verhaal en verdwaal erin en kan er niet uit ontsnappen. Ik verschil alleen maar van de anderen omdat ik er een mooi verhaal van maak, eentje met een rare kop en

een vrolijke staart.'
'Naar zoveel onzin willen wij niet luisteren, hielden ouwe en jonge oren hem voor. Je kletst maar wat.'
'Maar ik heb erge pijn', zei hij zacht.
Het oor tegenover hem keek welwillend:
'Wat is er dan?'
'Ik ben gescheiden en heb sindsdien erge pijn in mijn been, zo erg, dat ik er niet van kan slapen.'
'Je verzint dit toch niet hè', zei het oor.
'Nee, ik verrek van de pijn en lopen gaat nauwelijks.'
'Doe je er wat aan?'
'Ik ga naar de fysio en die knijpt in me en masseert mijn rug.'
'En helpt het?'
'Een beetje, maar het is meer het gevoel dat je er wat aan doet. Het zal er op neer komen dat ze mijn been moeten amputeren. Je schijnt hele mooie houten poten tegenwoordig te hebben in





allerlei kleuren...'
'Nou klets je weer, kun je dan nooit eens serieus zijn?'
'Als je echt pijn hebt moet je naar een goede dokter gaan of pijnstillers vragen.'
'Ik denk dat mijn verhaal pijn doet.'
'Dat kan niet, verhalen doen geen pijn.'
'Nou dit verhaal wel.'
'Welk verhaal dan, wat bedoel je?' zei het oor.
'Mijn vriendin, nou ex-vriendin, is hem gesmeerd met een man uit Zuid-Amerika, zo'n macho. Van de ene op de andere dag. Ik zie haar nog staan met haar koffer in de gang. Ze zei niet veel, het was allemaal mijn schuld. Ik had haar geen vrijheid gegeven en de ware liefde stond nu op Schiphol.'
'En wat deed je?'
'Ik was verbijsterd, ik had niets vermoed en had geen tijd om ruzie te maken. Of ik de poezen wilde verzorgen en haar het geld wilde nasturen wat ze nog op haar rekening had staan. Nu woon ik alleen met twee poezen die overal in het huis pissen en heeft mijn rug het begeven.'
'Wat een vreselijk verhaal.'
'Ja wat je zegt.'
'En heeft ze nog iets van zich laten horen?'
'Ja, of ik nog wat geld wilde overmaken want de reis was zo duur geweest.'
'Nou, die is ook goed gek zeg. Wat een verhaal. En verder?'
'Ik heb al haar spullen uit het raam gedonderd, zo op straat, en van die troep foto's gemaakt en die opgestuurd samen met een cheque.'
'Goed hoor, nou van die foto's dan. Wat een ellende, maar verders gaat het wel?'
Deman keek aandachtig naar het oor, ging daar zijn verhaal nu naar binnen? Wat zou het verhaal daar beleven? Was het niet eng zo'n oor binnen te gaan? Daar had hij nooit bij stil gestaan. Had een verhaal niet ook recht op bescherming? Wat waren de rechten van een verhaal, moest het altijd maar ieder oor binnengaan? Dat waren natuurlijk de verhaalrechten of was het, het recht op verhaal? Een geheel zelfstandig verhaal een verhaal met een eigen leven, het moest ook niet gekker worden. Was hij, Deman, wel de baas over zijn verhalen of waren ze hem allang de baas? Hij had altijd al het gevoel dat er iemand of iets naast hem op de bank zat, naast hem liep, ook als hij alleen was. Net een soort schaduw, een soort gevoel, iets dat hem vergezelde. Hij wist het zeker, ik ben niet alleen, maar wat het was, geen flauw idee.

Nou, ik ga weer zei het oor,
nog een fijne verjaardag en bedankt
voor je verhaal.

Haiku-hoek

Door ***Henk van der geest***

Over de vraag welk boek mij, wat betreft haiku's, bijzonder inspireert hoef ik niet lang na te denken. Dat is *Haiku, een jonge maan*, van dichteres J. van Tooren, een boek dat ik al eerder in deze rubriek genoemd heb.
Het wordt in haiku-kringen in Nederland gezien als een standaardwerk.
Ik heb het vroeger op mijn zwerftochten door Zuid-Europa jarenlang in mijn rugzak bij me gedragen. Het is dan ook letterlijk en figuurlijk stukgelezen.

J. van Tooren heeft bewonderenswaardig werk geleverd. Op haar zeventigste begon ze Japans te leren, omdat ze de haiku's van de grote Japanse dichters wilde kunnen lezen.
Het heeft haar totaal in beslag genomen, hetgeen uiteindelijk leidde tot de publicatie van dit omvangrijke boek.
In een begeleidende tekst bij de vertaalde haiku's wordt achtergrondinformatie gegeven over shintoïsme, taoïsme, zenboeddhisme en de Japanse leefwijze.
Haar vertalingen van de haiku's van alle grote Japanse dichters zijn vergeleken met die van andere vertalers zeer poëtisch.

'Haiku, een jonge maan', is een uitgave van Meulenhoff, waarvan inmiddels meerdere herdrukken verschenen zijn.
Een haiku-hoek zonder haiku's is natuurlijk niet compleet. Daarom enkele van haar vertaalde gedichten:



Voorbij, de dagen
dat verre nachtegalen –
stemmen weerklinken
Buson

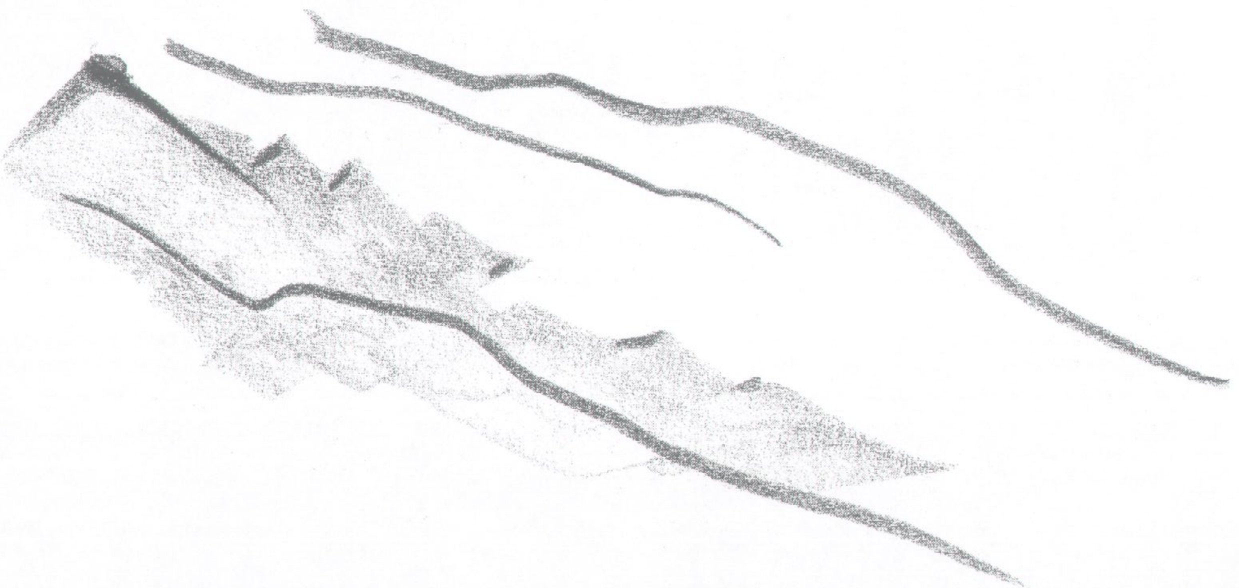
Zware slagregen;
de dorpsmussen grijpen zich
aan grashalmen vast
Buson

Bovenop die stok
is een kleine libelle
iets aan het proeven
Eiboku

Hoe zou je stem zijn,
en welk lied zou je zingen,
spin, in de herfstwind?
Basho

Diep onder water
legt zich op de rotsen stil
het loof der bomen
Joso

Hoe haastig, haastig,
wast de snelle Mogami
de zomer weer weg
Shiki



Een leven zonder boeken is onleefbaar

Aldus sprak Erasmus eeuwen geleden toen er nog maar weinig boeken in gedrukte vorm bestonden. Inmiddels zijn er op de wereld evenveel boeken als mensen en misschien nog wel meer. Voor één lid van de sangha kan het nooit genoeg zijn, zij heeft op- onder- naast haar nachtkastje altijd een stapel van tenminste tien boeken liggen en leest hoofdzakelijk boeken op spiritueel gebied en poëzie: Maria Lemaire.

Door ***Corrie Koppedraijer***

Tegen haar leeswoede is geen beurs bestand, dus ze gaat eenmaal per drie weken naar de openbare bibliotheek om tien boeken te lenen. Een greep uit de stapel boeken waarover Maria momenteel beschikt: *Het pad is doel* van Chögyam Trungpa – mooi en hoopgevend, *Een tocht door 110 koninkrijken* van Sun Shuyun – leuk omdat ik net in China ben geweest, *Meer dan een mens kan doen* van Ton Lathouwers – een geweldig boek, vlijmscherp, dat ik meteen in mijn top 5 zou willen plaatsen, *Willen is kunnen* van Wayne Dyer – lekkere lichte new-age kost, *Seeing through zen* van John McRae – bijna niet om door te komen, een wetenschappelijk gedrocht, *Wild Ivy, the spiritual diary of Zenmaster Hakuin* van Norman Waddell – wat een zeurpiet! Daarnaast ligt er op haar nachtkastje een stapeltje boeken, dat wortel heeft geschoten, boeken die daar al jaren liggen en dat nog jaren zullen doen, zoals *De nagelaten geschriften* van Etty Hillesum en *Two zen classics; mumonkan en Hekiganroku* van Katsuki Sekida en *De Nederlandse poëzie van de 19e en 20e eeuw* van Gerrit Komrij.

Uitgesproken nummer één is en blijft *De nagelaten geschriften* van Etty Hillesum. 'Vanaf het moment dat ik kon schrijven hou ik al een dagboek bij, als een ijzeren discipline en die vorm spreekt mij erg aan, is heel herkenbaar. Etty Hillesum weet haar ideeën en gevoelens fenomenaal te verwoorden en op een heel natuurlijke wijze. Ze denkt en voelt zoals ik. Bij alles dat ik van haar lees gaat dat door me heen. Het raakt me, zoals zij het leven beleeft, zonder compromissen. Ik beschouw haar echt als mijn grote zus.' Maar niet alleen haar manier van leven, ook haar spiritualiteit treft Maria

diep, alhoewel zij zelf nooit tot de figuur God zou spreken. Want een antwoord zit er toch niet in. We lezen een lievelingspassage: '(...) *Zo roest men nooit vast in zekerheden en moet zich iedere keer weer opnieuw een zekerheid en vertrouwde nabijheid heroveren. En dat is per slot van rekening ook een van de bekoringen van de verhouding met hem: bíj de grote vertrouwdheid en intimiteit, toch altijd weer een grote distantie, geboren uit onvermijdelijkheid, dat ieder toch een eigen wereld is met eigen grenzen. Maar er zijn momenten dat men die met plezier op zou willen geven om te versmelten met die ander.*'
Maria houdt kaartjes bij waarop de verschillende lievelingspassages vermeld staan. Niet dat ze die passages op speciale momenten nog weer eens opslaat, het voldoet meer aan haar behoefte om zoveel mogelijk in systemen onder te brengen.
Naast zwaargewichten leest Maria graag een 'new-age'achtig boek, bijvoorbeeld *First things first* van Stephen Covey. 'Je glijdt er zo makkelijk in weg. En dan de verlossing die wordt gepredikt, heerlijk. Dromen en vooral hopen. Hoop verleidt. Zen biedt geen hoop en dat is natuurlijk ook de realiteit, toch zal ik tot mijn dood toe blijven hopen.'
's Avonds voor het slapen gaan of 's middags tijdens een loos uurtje wordt een boek ter hand genomen zonder dat daaraan een bewuste keuze voorafgaat. Alle boeken worden ook naast en door elkaar gelezen. Soms leest ze slechts enkele hoofdstukken of passages. Als het eenmaal pakt, wordt het tot het eind toe uitgelezen. Selectie gebeurt vooral op grond van stemmingen. 'Het moet maar net klikken met me en als dat niet het geval is leg ik het weer weg.'

De studieklassen van Nico zijn een leidraad voor haar boekenkeuze. Soms gaat de gekte zo ver dat ze allerlei vertalingen van teksten vergelijkt. Sommige boeken of auteurs móet ze van zichzelf lezen. Zoals bijvoorbeeld de Dalai Lama, ze vindt dat ze moet weten wat die man te vertellen heeft. Een moeilijk boek doorploeteren behoort ook tot één van de opgaven die ze zichzelf stelt. De keuze voor een bepaald boek is echter niet gerelateerd aan de praktijk op het kussen, behalve wanneer ze aan koanstudie doet. 'Zitten volgt bij mij een ander weggetje en het is maar zelden dat die twee wegen elkaar kruizen. Mijn eigen beroeringen zijn geen bron van inspiratie en verdwijnen ook even snel als dat ze opkomen.' Kan ze wat betreft haar praktijk dan niet zonder boeken? 'Ton Lathouwers zegt ergens in zijn boek dat je op een gegeven moment de stroom in moet gaan. Maar lezen is voor

mij óók de stroom ingaan, ik zie geen verschil, ik begrijp wat hij bedoelt, maar ik ervaar lezen als een meegaan in mijn eigen stroom, lezen is een vitale behoefte, die vervuld moet worden.' Maar wat is de waarde of betekenis van lezen? 'Boeken verwijzen naar 'iets', naar het motief om op het kussen te gaan zitten. Boeken reiken mij de woorden aan om datgene te benoemen waar ik onkundig in ben om zelf te vinden.' En alles terugbrengen tot één boek, hét ultieme boek, dat je ten alle tijden kunt openslaan omdat het blijft inspireren? 'Onzinnig! Je wilt toch ook weleens een andere man zien dan je echtgenoot, of naar een andere slager gaan of bakker. Boeken kunnen je een heel ander leven doen leiden. Kunnen je inspireren om je leven lang te wijden aan een bepaalde zaak. Geweldig! Een paar lettertjes op papier, want meer is het niet! Gelukkig zullen er altijd mensen zijn die blijven schrijven.' En mensen zoals Maria die blijven lezen.

Op zondagochtend fietst Maria naar de openbare bibliotheek en keert terug met een tas vol schatten. De boeken worden gerangschikt op het nachtkastje en in de huiskamer, even gaat ze er met haar handen en neus langs, bladert ze allemaal snel door om er tot slot de eerste serieuze kandidaat uit te kiezen.



Tot slot de top 3 van Maria Lemaire:

- ***De nagelaten geschriften***, Etty Hillesum
- ***Zen mind, beginners mind***, Shunryu Suzuki
- ***Meer dan de mens kan doen***, Ton Lathouwers

Het eerste twee boeken staan daar voor eeuwig, het derde is tijdelijk en afhankelijk van wat komt en gaat, komt en gaat.....

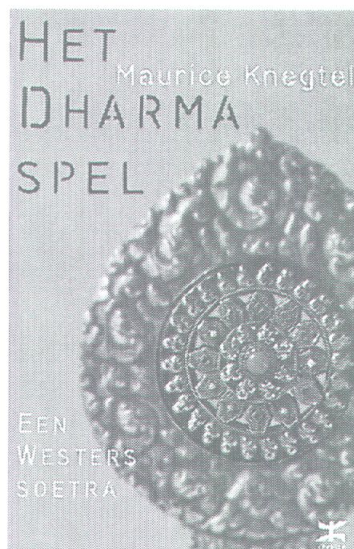
Zomerzendo gasten

Door ***Jacky Demmers***

Het is stil in de zendo. Het alwetend altaar houdt zijn mond, er zijn geen mopperende matten of kletsende kussens. Het wierookstokje waaiert haar geur door de ruimte en de kaarsvlam flakkert zacht.
Drie diepe gongslagen maken de stilte nog welsprekender.
Tien gestalten, in zazen, omringen het boeddhabeeld en weerspiegelen in hun houding zijn eeuwigdurende glimlach.
Alle ramen staan open, het is warm. Zomerse geluiden dringen binnen. Een trein dendert over het spoor, op weg naar exotische oorden. Kinderen schreeuwen tegen elkaar in een vreemde taal. Ze lachen en het is duidelijk dat ze kattenkwaad uithalen. Ergens weerklinkt muziek. Een merel probeert alles te overstemmen met haar doordringend lied.
Langzaam wordt het donker in de zendo. De geluiden van buiten vervagen en sterven weeg. Zelfs de vogels houden hun snavel tot de stilte bijna voelbaar is. Iedereen, alles houd de adem in.
Plotseling staat de ruimte in een fel licht wanneer een bliksemflits de lucht doorklieft. Een donderslag volgt vrijwel meteen en doet de gestalten op hun kussens schudden. Maar niets schijnt hun rust te kunnen verstoren.
Dan laten de zwarte wolken hun zware last los. Een stortbui stort zich ratelruisend ter aarde.

Elk geluid wordt als een welkome gast ontvangen. Zij gaat op in de ruimte, zoals de tien gestalten opgaan in elkaar en in het geluid. Alles wordt stilte.
De gong weerklinkt. De gestalten buigen, vouwen de handen en spreken de vier geloften uit.
Zij buigen drie maal naar het boeddhabeeld op het altaar en daarna naar elkaar. Een zomerse dinsdagavond zen is ten einde.
Dank jullie wel, trouwe zomerzendo-gasten, voor jullie steun, jullie aanwezigheid en jullie stilte.

BOEKBESPREKING



Maurice Knegtel,

Het Dharma spel,

een Westers soetra –Servire, 2004

Door ***Corrie Koppedraijer***

Bij een spel denk ik aan dobbelstenen, aan winnen en aan de ander eens flink dwars zitten, zoals bijvoorbeeld bij Monopolie of Mens Erger Je Niet. Dat je in de put kunt belanden, naar de gevangenis kunt gaan of nog erger: Terug Naar Af, neem ik allemaal op de koop toe. Nieuwsgierig en vol zin in avontuur stortte ik mij dan ook op het nieuwe boek van Maurice Knegtel, *Het Dharma spel*.

Avontuur is het zeker. Het groepje spelers is uitdagend en de spelleider is niemand minder dan Boeddha zelf. Het spel kent slechts één regel: als de leider het vraagt ben je vrij om je stoeltje te verzetten. Het spel speel je samen met anderen, maar ook weer niet. Winnaars of verliezers zijn er niet, hoewel je aardig in de put kunt raken en het gevoel kunt krijgen Terug Bij Af te zijn. De spelleider, Boeddha, stelt slechts vragen, hij kent de antwoorden niet. Wie de Big Mind workshops van Genpo Roshi weleens heeft bijgewoond weet om welk spel het hier gaat: het spel van stemmen dat zich in je bewustzijn afspeelt. Maurice Knegtel heeft er in zijn boek een ware reis door het bewustzijn van gemaakt.

In het dharma-spel worden de zeven spelers, vijf monniken en twee leken (waarvan één Ananda is die een ondeugende rol speelt), aangemoedigd telkens een verschillend aspect van hun bewustzijn (een stem) aan spreken. De Boeddha vraagt hen die stem voor even, zo lang als dat onderdeel van het spel duurt, helemaal te belichamen, als het ware te zijn. De stemmen

zijn door Maurice nauwkeurig gekozen, volgen in vogelvlucht de belangrijkste begrippen uit de dharma en komt de leer laagje voor laagje tot je. Zo komen ondermeer aan het woord: de beschermer, het beschadigde zelf, het verkrampte zelf, het harde weten, het ontspannen bewustzijn, onderscheidende helderheid, het bevangen bewustzijn, het groot bewustzijn, wijsheid en compassie.

De context waarin het spel plaats vindt is niet eigentijds, maar die van het oude India. Boeddha en de zeven spelers spreken in de taal die ze vermoedelijk gewend waren met elkaar te spreken en praten over hun dagelijks leven destijds. Maurice's verbeelding is geniaal, mooi, humoristisch en bij tijd en wijle ontroerend.

De vorm waarin een en ander wordt gepresenteerd is de soetra. Deze vorm werd in het Boeddhisme gebruikt wanneer een nieuwe fase in het onderricht was aangebroken, wanneer er sprake was van een 'wenteling van het wiel'. En in de hele geschiedenis van het boeddhistisch onderricht hebben er volgens Maurice slechts drie wentelingen plaatsgevonden. Welnu, de introductie van de voice-dialogue is volgens Genpo Roshi en Maurice een wenteling van het wiel te noemen en daarom een soetra waard: de soetra van het groot bewustzijn. Hun lef is brutaal en zeer prijzenswaardig!

In de reis die de speler door de verschillende aspecten van het bewustzijn maakt, groeit het inzicht van de speler in de wondere wereld van het bewustzijn en zal zijn inzicht, misschien zelfs zijn wijsheid, toenemen. Maar is dat ook het geval bij de lezer? Die vraag is niet eenvoudig te beantwoorden, daarvoor zou ik het boek niet alleen moeten lezen, de soetra niet alleen moeten reciteren maar moeten spelen. Toch neig ik te zeggen dat mijn inzicht na lezing van het Dharma spel niet is gegroeid.

In de eerste plaats kost het de nodige inspanning om me te verplaatsen in de tijd van de Boeddha. Niet de manier waarop er met elkaar wordt gesproken, maar de levens van de spelers zijn historisch geduid, waardoor ik afstand blijf voelen tot de verschillende figuren en tot hun stem en wat dus ten koste gaat van mijn inzicht. Waarom niet gekozen voor een manager, een huisvrouw, een buschauffeur, een verpleegster, een boer, anno 2004, waarmee ik me als lezer makkelijker kan identificeren? Wanneer je Boeddha opvat als een paradigma, een model, dan kan hij net zo goed geplaatst worden in het hier en nu. Dat zou in mijn ogen een ware uitdaging zijn!

In de tweede plaats vind ik het moeilijk om sommige stemmen die aan het woord komen in mijzelf te laten klinken. Ik moet als het ware eerst een tijdje kauwen op zoiets als 'het beschadigde zelf' of 'het ontspannen bewustzijn' of 'het bevangen bewustzijn' alvorens ik de betreffende stem in mij kan laten spreken. Het zijn geen stemmen die vanzelf in mij opborrelen, in tegenstelling tot stemmen die ik wel in de workshops van Genpo Roshi heb gespeeld, als bijvoorbeeld 'the great doubt'. En als de stem dan ook nog spreekt namens een figuur waar ik me slechts op afstand mee identificeer, groeit soms meer de irritatie dan het inzicht.
Voorts is het moeilijk om als lezer in je eentje het spel te spelen. Je roept niet makkelijk een stem in jezelf op als die moeilijk is, of lastig, of kribbig, of afwezig. Uiteraard is dat ook informatie, maar toch. Je hebt een spelleider nodig, die doorvraagt, die je als het ware dwingt om net even een stapje verder te gaan dan je geneigd bent te doen. In die zin is het boek geen werkboek, tenzij je het boek met een groep en een leraar speelt.
Bij lezing wordt in hoofdzaak mijn denken geprikkeld, terwijl de opzet van het spel is om een proces in jezelf aan te gaan, een proces dat bewustzijnsverruimend is, dat je beperkte denken aan het wankelen brengt en de grenzeloze mogelijkheden van je bestaan laat zien.
Tenslotte heb ik enig bezwaar tegen de onderneming zelf. Hoewel ik snap dat er een soort innerlijke noodzaak is om dit spel op papier te zetten, denk ik: over een spel moet je niet schrijven. Dat is met Monopolie zo en ook met het dharma-spel.
Jammer dat de workshop van Maurice deze zomer niet doorging, ik had het spel graag willen spelen.



De Sangha

Naam **Mark Schalken**

Zitmeditatie: ik zie er iedere keer weer tegenop. Ik word er niet rustig of geconcentreerd van, integendeel. Soms gebruik ik mijn tijd op het kussen nuttig: ik los ontwerpproblemen op. Of onnuttig: ik overtuig mensen achteraf of op voorhand van mijn gelijk in allerhande zaken – allemaal in mijn hoofd. Ik faal en het is niet eens heroïsch. Het sukkelt voorbij, zo'n half uurtje. Dat kan toch niet de bedoeling zijn.

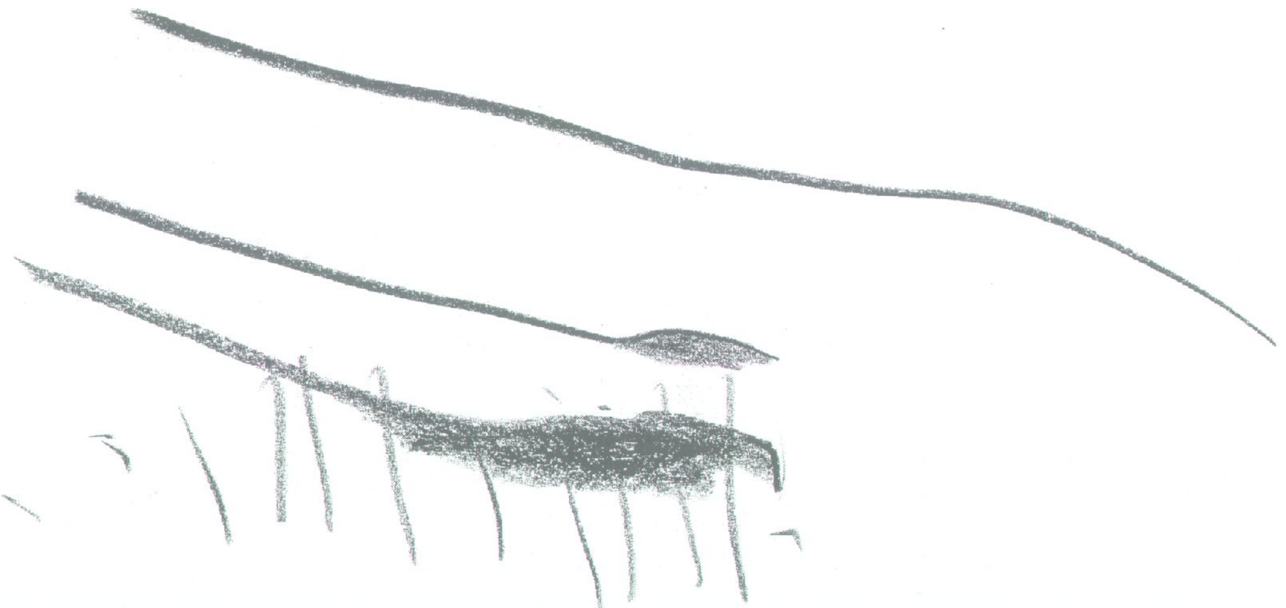
Waarom doe ik iets dat ik niet leuk vind? Ik val voor boeddhistische teksten zoals die van Dogen en thema's zoals Nico ze aansnijdt. Het boeddhisme resoneert met een bepaalde onderstroom in mijn leven. En zonder meditatie geen serieuze boeddhistische praktijk – zegt men. Daarom zit ik, tegen heug en meug.

Toen ik leerling van Nico werd, besloot ik om gewoon iedere week 1 avond naar de zendo te komen, met of zonder zin. Bovendien vroeg ik Nico hoelang ik vanaf nu per dag moest mediteren. Hij begon een heel verhaal over mijn drukke baan. Na lang aandringen, opperde hij dat tien minuten per dag er misschien wel af zouden kunnen. En doe ik dat? Vorig jaar wel, de laatste maanden steeds minder. Het is allemaal de schuld van Nico.

De hoeveelste dinsdag van de maand is het nou eigenlijk?, vraag ik me fietsend naar de zendo af. Ik hoop steevast dat het geen avond-sesshin is. Dat is voor mij niet zozeer te veel mediteren als wel nog steeds te weinig. Meerdaagse sesshins zoals die in de Tiltenberg werken beter. Twee jaar geleden, op de eerste avond, koester ik al direct een diepe haat voor de vrouw tegenover mij. Het kussen waarop ik was gaan zitten, bleek door haar gereserveerd te zijn. Toen ze me wegstuurde, was er enkel nog een slechte plek vrij, met vier dagen zicht op haar rug. En een dag later haat ik iedereen – wat een trage bejaarde soepzooi. Vroeg of laat slaat dit gevoel om.
Ik koester de herinnering aan de laatste dag van een sesshin bij Thich Nhat Hanh in Zuid-Frankrijk. Een wandelmeditatie met blote voeten over het ochtendgras, die me overrompelde met een helder gevoel van instemming: ja, zo is deze wereld, zo is mijn leven.

Zo'n zelfde opgeruimd gevoel overvalt me geregeld wanneer ik de zendo verlaat. Zoals vroeger wanneer ik de deur van de tandarts achter me dicht deed. Ik zit op zo'n zen-avond eerst een uur in de wachtkamer, bladerend door de leesportefeuille in mijn hoofd. Het is al jaren min of meer dezelfde leesportefeuille, toch vind ik het prettig om te blijven bladeren. Gelukkig komt tot slot de tandarts (u weet hoe de mijne heet).
Die roept iedere week het zelfde: 'Nou, het ziet er allemaal weer prima uit!'

Ook de geest is Boeddha, wist u dat? Dat is althans mijn koan: 'The mind is Buddha'. Ik kan het nauwelijks geloven.



mededelingen

Tentoonstelling ***Reiziger in Ladakh***
Van 26 september tot en met 29 oktober heeft Leo Marie de Wolf, die voor de zensor illustraties maakt, een tentoonstelling in het theehuis van het Kanzeon Zencentrum te Amsterdam. De tentoonstelling bestaat schilderijen en tekeningen die hij heeft gemaakt naar aanleiding van een reis door Ladakh in 2003.

Zen-weekends
Zaterdag 15.00 – 21. 00 uur en zondag 10.00 – 17.00 uur op **30/ 31 oktober**, **27/28 november**.
Onder leiding van Niko Sensei.
Kosten 48 euro voor het hele weekend of 32 euro per dag, inclusief maaltijden.
Ervaring met zenmeditatie vereist.

Winter city-sesshin
28 tot en met 30 december. Onder leiding van Niko Sensei en Lida Kerssies. Kosten hele sesshin 78 euro of 32 euro per dag. Ervaring met zenmeditatie vereist. Opgave vooraf noodzakelijk.

Sesshin in Vught
Van 20 tot en met 24 oktober is er weer een sesshin in Vught, onder leiding van Niko Sensei. Voor informatie en opgave ZIN, tel. 073 65 88 00

Cursussen

Meister Eckhart, voor allen die last hebben van God. Maandag 20 sept., 4 okt., 18 okt., 25 okt. 19.30 – 22. 00 uur.
Onder leiding van Niko Sensei.
Kosten 45 euro.

Maha Parinivana Soetra
Maandag 1 nov. tot en met 20 dec., 20.00 – 22.00 uur.
Onder leiding van Maurice Knegtel.
Kosten 90 euro.

Tao Te Tjing, tekst en commentaar
Donderdag 4 nov. tot en met 16 dec., 10.00 – 12.30 uur. Onder leiding van Niko Sensei. Kosten 80 euro.
Voor shoken studenten. Vooraf zazen.

Website
Raadpleeg de website voor actuele informatie met betrekking tot het Kanzeon Zencentrum Amsterdam:
www.zenamsterdam.nl

BOS-radio
De BOS zendt zijn radioprogramma's voortaan uit op **elke woensdag** tussen 16.00 uur en 17.00 uur. Op 747 AM.
Voor overige informatie over radio en tv.programma's raadpleeg de website:
www.Buddhistmedia.com
Maar dat niet alleen. Download je favoriete radioprogramma en beluister het in alle rust en wanneer het je uitkomt.

Thema winternummer

De verbintenis tussen leraar en leerling

Sommigen wenden zich met schroom tot een leraar. Anderen werpen zich vol overgave aan zijn of haar voeten. Wat houdt de verbintenis in tussen leraar en leerling in? Zit je er voor altijd aan vast zit en zou jij voor je leraar door het vuur gaan of zijn dat juist redenen om er nooit aan te beginnen? En kun je meerdere relaties aangaan? Wie spreekt zich uit over deze bijzondere verbintenis? Kopij graag inleveren voor 5 december aanstaande en mailen naar Corrie (kopwol@chello.nl) of Jacqueline (j.oskamp1@chello.nl).



Zensor... is het mededelingenblad van het Kanzeon Zencentrum Amsterdam en een open forum voor alle leden van de Sangha.

Redaktie
Marjan Gerritse
Corrie Koppedraijer
Jacqueline Oskamp
Marjolein de Vink

Vaste medewerkers:
Henk van der Geest
Hans Lastdrager
Leo de Wolf

Redaktie-adres
Corrie Koppedraijer
e wolkop@chello.nl
t 020 624 8312
Jacqueline Oskamp
e j.oskamp1@chello.nl
t 020 671 2415

Kopij
mailen naar Corrie
of Jacqueline
of via de Zendo.

Abonnement
7 euro per jaar, 4 nummers, van zomer tot voorjaar.

U wordt abonnee voor de 2e helft van dit jaar door 3,50 euro over te maken op postbank reknr 955 18 64 tnv Zensor, Amsterdam.
t 020–6385 942.

Losse nummers: 2 euro verkrijgbaar in de zendo

Lotusvijver
Ieplaan 21
2565 LC Den Haag

Omslag: Japanse prent op de omslag ***Wijsheid uit het Oosten,*** een verzameling van levenswijsheden van de beroemde filosofen uit het Morgenland, zoals Tagore, Confucius en Lao Tse.

